

ARTÍCULO ORIGINAL

Sexualidad en gerontes de la Universidad del Adulto Mayor en el municipio de III Frente

Sexuality in elderly at the University for Older Adults in III Frente municipality

Lic. Lissette Cedeño Suárez,^I MsC. Esmeris Atiñol Torres,^I Lic. Mirna Suárez Ramos,^I MsC. Jorge Luís León Garbey^{II} y Lic. Bladimir Yuris Cedeño Casamayor^{III}

^I Hospital Rural "Esteban Caballero Estrada" Área de Salud Matías III Frente, Santiago de Cuba, Cuba.

^{II} Policlínico "Carlos Juan Finlay", Songo La Maya, Santiago de Cuba, Cuba.

^{III} Dirección Municipal de Servicios Comunales, III Frente, Santiago de Cuba, Cuba.

RESUMEN

Se realizó un estudio descriptivo y transversal de 31 adultos con 60 años y más matriculados en la Universidad del Adulto Mayor del poblado de Matías, municipio de III Frente, provincia de Santiago de Cuba, desde diciembre del 2012 hasta marzo del 2013, a fin de caracterizar la sexualidad en estos gerontes. En la casuística predominaron el grupo etario de 65-69 años (41,9 %), los ancianos con pareja estable (45,1 %), los jubilados (45,1 %), las familias extensas con alteraciones en la dinámica, los que refirieron no tener privacidad (54,8 %) y sus relaciones afectivas con la pareja eran regulares. Resultó notable que 58,0 % no tenía relaciones sexuales activas y la mayoría (54,9 %) consideró, que dichas relaciones en esta etapa de la vida no eran necesarias.

Palabras clave: adulto mayor, sexualidad, universidad del adulto mayor, III Frente.

ABSTRACT

A descriptive cross-sectional study was carried out in 31 adults aged 60 years and over enrolled in the University for Older Adults from Matías village, III Frente municipality, Santiago de Cuba province, from December 2012 to March 2013, in order to characterize the sexuality in these older adults. The age group of 65-69 years (41.9%), the elderly with regular partner (45.1%), retirees (45.1%), extended families with alterations in the dynamics, who reported having no privacy (54.8%) and their affective relationships with their partners were regular, prevailed in the case material. It was remarkable that 58.0% did not have active sex and most (54.9%) believed that these relationships at this stage of life were not necessary.

Key words: older adult, sexuality, university for older adults, III Frente.

INTRODUCCIÓN

El término sexualidad incluye la comunicación, la afectividad, la reproducción y el placer; es la expresión de los sentimientos y valores tanto espirituales como humanos. La

manifestación de lo masculino y lo femenino, los roles y las relaciones de pareja se expresan en las formas, estilos propios de cada individuo y la etapa de la vida en la que se encuentra; conocerla, vivirla libre y responsablemente es saludable y necesario para el equilibrio personal.¹⁻³

De hecho, convertir la sexualidad en un tabú no se debe a las características propias de la vida sexual, sino que está condicionada históricamente por la valoración que le da la sociedad en cada época. Los profundos cambios iniciados en Cuba a partir de 1959 crearon condiciones objetivas y subjetivas favorables para la preparación de la población respecto al amor, el matrimonio, la vida en pareja y la familia, por lo que la educación sexual no debe limitarse a niños y jóvenes; es imprescindible lograr una aceptación franca por parte de los adultos y de generaciones con mayor madurez, función en la cual se destaca el arduo trabajo realizado por los especialistas de la Universidad del Adulto Mayor en coordinación con los equipos multidisciplinarios de atención geriátrica.³⁻⁵

A partir del aumento que ha tenido el envejecimiento poblacional en este país, influido por la disminución de la fecundidad, la natalidad y la mortalidad, así como los fenómenos migratorios, se trabaja cada vez más en torno a la creación de condiciones óptimas para la atención geriátrica. Esta actitud ante la sexualidad en esta etapa de la vida puede explicarse por la incorrecta asociación que se ha establecido entre sexualidad y reproducción, mediante la cual se considera que solo es normal la actividad sexual durante la edad reproductiva y, por tanto, los adultos mayores no tienen por qué practicarla.

Existen conceptos erróneos acerca de que la actividad sexual debe desaparecer en la edad avanzada como un apagamiento fisiológico inevitable, por ende, desear o hacer en materia sexual después de los 60 años, no es natural, fisiológico, moral, o socialmente bien visto. De ahí que esta idea de muerte sexual se convierta para muchas personas de ambos sexos en un factor de ansiedad cuando llegan a la edad madura y ven aproximarse esa etapa crítica, lo que provoca el comienzo de trastornos psíquicos en la función sexual.⁶

Falsas creencias y mitos que contribuyen a la desvalorización de la sexualidad en los adultos mayores plantean, que las desviaciones sexuales son más frecuentes en la vejez; la actividad sexual es mala para la salud especialmente en esta etapa; las personas de edad no son sexualmente deseables, no tienen deseo sexual y no son sexualmente capaces; es indecente y de mal gusto que los viejos tengan interés por la sexualidad. Todo ello provoca actitudes ante la vida sexual por parte de los gerontes, tales como censura, reproche, miedo, sorpresa, risas y chistes, lo que trae consigo que se cree además, el estereotipo de las personas mayores como seres asexuales, carentes de sentimientos y emociones; por tanto, ni siquiera las parejas que han estado juntas durante mucho tiempo se sienten libres a la hora de hablar sobre sus dificultades sexuales.^{7,8}

Todo lo expuesto anteriormente crea un gran desconocimiento sobre las verdades de la sexualidad en esta etapa, donde son superiores la experiencia sexual, el entendimiento en la interacción con la pareja, la ternura y sabiduría; además, el erotismo está vigorizado en comparación con el acto sexual propiamente dicho, debido a que existe una mayor consolidación de la pareja. La sexualidad en esta etapa de la vida, tiene como único fin dar y recibir placer, las parejas pueden encontrar nuevas formas de estimularse mutuamente como la lectura de relatos eróticos o videos, la comunicación abierta y sincera entre la pareja en lo relativo a los deseos sexuales, por lo que la fantasía y la experimentación son importantes. El control eyaculatorio es mayor, la actividad sexual

amortigua los efectos del envejecimiento, el preludeo amoroso se hace más prolongado y permite un mayor disfrute del sexo; hay flexibilidad en los roles y no existe temor al embarazo.^{9,10}

Sin lugar a dudas, la actividad sexual del adulto mayor está influenciada por un grupo de factores que pueden, incluso, hacerla desaparecer, y cuyo conocimiento es necesario. Así, el envejecimiento en sí mismo, al ser un proceso fisiológico, no constituye una enfermedad; cuanto más saludable haya sido el estilo de vida de un individuo en su juventud, es decir, si mantuvo una dieta sana y balanceada, practicó ejercicios físicos de manera regular y frecuente a lo largo de su vida, mantuvo una higiene adecuada, evitó hábitos tóxicos como café, tabaco, alcohol, entre otros; condiciones que además le evitaron padecer enfermedades crónicas no transmisibles, y si a esto se le agrega haber tenido un ejercicio gozoso, frecuente e intenso del erotismo, mayores posibilidades tendrá de arribar a la tercera edad sin inconvenientes funcionales en las esferas sexual y afectiva.¹¹

Lo referido anteriormente indica que en la tercera edad no constituye una utopía hablar sobre sexualidad, por tales razones se decidió realizar esta investigación, a fin de caracterizar la sexualidad en los gerontes incorporados a la Universidad del Adulto Mayor del poblado de Matías.

MÉTODOS

Se efectuó un estudio descriptivo y transversal de 31 adultos con 60 años y más matriculados en la Universidad del Adulto Mayor del poblado de Matías, municipio de III Frente, provincia de Santiago de Cuba, desde diciembre del 2012 hasta marzo del 2013, a fin de caracterizar la sexualidad en estos ancianos.

Para obtener la información se confeccionó una encuesta; asimismo, para el procesamiento y análisis de los datos se realizó el cálculo de porcentajes, en correspondencia con la estadística descriptiva.

RESULTADOS

Como puede apreciarse en la tabla 1, en la serie predominaron el grupo etario de 65-69 años (41,9 %) y el sexo femenino (70,9 %).

Tabla 1. Adultos mayores según edad y sexo

Grupos etarios	Sexo				Total	
	Masculino		Femenino		No.	%
	No.	%	No.	%		
60-64	2	6,4	1	3,2	3	9,6
65-69	2	6,4	11	35,4	13	41,9
70-74	1	3,2	4	12,9	5	16,1
75-79	3	9,6	4	12,9	7	22,5
80 y más	1	3,2	2	6,4	3	9,6
Total	9	29,1	22	70,9	31	100,0

Respecto a los adultos mayores según estado civil y sexo (tabla 2), se encontró una prevalencia de los que tenían pareja estable con 45,1 %. Al evaluar los solteros, 2 eran del sexo masculino (6,4 %) y 3 del femenino (9,6 %). Además, el divorcio y la viudez, primaron en las féminas con 6,4 y 22,5 %, respectivamente.

Tabla 2. Adultos mayores según estado civil y sexo

Estado civil	Sexo				Total	
	Masculino		Femenino		No.	%
	No.	%	No.	%		
Soltero	2	6,4	3	9,6	5	16,1
Pareja estable	4	12,9	10	32,2	14	45,1
Divorciado			2	6,4	2	6,4
Viudo	3	9,6	7	22,5	10	32,2
Total	9	29,1	22	70,9	31	100,0

La tabla 3 muestra que 17 adultos mayores (54,8 %) no tenían privacidad para la realización de sus prácticas sexuales y no mantenían relaciones sexuales activas. Llamamos la atención estos datos respecto al sexo, pues la cifra de mujeres que manifestaron ser activas sexualmente (32,2 %) superó a la de los hombres que solo fue de 12,9 %.

Tabla 3. Privacidad y relaciones sexuales activas

Privacidad y relaciones sexuales activas	Sexo				Total	
	Masculino		Femenino		No.	%
	No.	%	No.	%		
No	5	16,1	12	38,7	17	54,8
Sí	4	12,9	10	32,2	14	45,1
Total	9	29,1	22	70,9	31	100,0

En cuanto a la opinión de los adultos mayores sobre las relaciones sexuales (tabla 4), se halló que 14 de los encuestados (45,1 %) refirieron que eran buenas y saludables para el organismo si existían deseos por parte de ambos miembros de la pareja y además, las consideraron normales y placenteras; sin embargo, 19,3 % brindó respuestas negativas tales como: no son necesarias, deben cesar al avanzar la edad, son por gusto, pues no causan placer; 3 casos del sexo femenino manifestaron que eran dañinas para la salud y uno que resultan ridículas.

Tabla 4. Opinión de los adultos mayores sobre las relaciones sexuales

Opiniones	Sexo				Total	
	Masculino		Femenino		No.	%
	No.	%	No.	%		
Deben cesar al avanzar la edad, sino afectan la salud	1	3,2	3	9,6	4	12,9
Son innecesarias	1	3,2	5	16,1	6	19,3
Son inadecuadas a esa edad	1	3,2	5	16,1	6	16,1
Son buenas y saludables, si ambos desean	5	16,1	8	25,8	13	45,1
Son por gusto, no hay deseo ni placer	4	12,9	2	6,4	6	19,3
Son perjudiciales para la salud			3	9,6	3	9,6
Son ridículas			1	3,2	1	3,2
Son normales	5	16,1	8	25,8	13	41,9
Son placenteras a pesar de la edad	5	16,1	8	25,8	13	41,9

Obsérvese en la tabla 5 que la totalidad de los gerontes refirieron haber recibido en algún momento información u orientación sobre educación sexual, sobre todo a través de los servicios de salud y de la Universidad del Adulto Mayor.

Tabla 5. Educación sexual y medios mediante los cuales recibieron orientación los adultos mayores

Orientaciones recibidas sobre educación sexual	Medios	No.	%
Sí	Radio	3	9,6
	Televisión	2	6,4
	Médico de la familia	7	22,5
	Prensa escrita	10	32,2
	Círculo de abuelos	31	100,0
	Equipo Multidisciplinario de Atención Gerontológica	31	100,0
	Cátedra Universitaria del Adulto Mayor	31	100,0
No			

DISCUSIÓN

Los autores de este artículo refieren que la actividad sexual en esta etapa de la vida depende, en gran medida, de la existencia de un compañero, y de las creencias sociales arraigadas en las personas desde su juventud. Asimismo, coinciden con otros investigadores, los cuales destacan la importancia de que la tercera edad no es sinónimo de incapacidad sexual, que la energía no desaparece con la edad, solo cambia la intensidad de su respuesta y sigue siendo placentera.²

En este estudio la viudez fue la causa que más provocó abstinencia sexual, sobre todo en la mujer, lo cual concuerda con lo hallado por otros autores que plantean una mayor tendencia a la viudez en las féminas y la sociedad no aprueba que una anciana trate de buscar una nueva pareja después de enviudar; por tanto, estas mujeres renuncian a la sexualidad y el interés por el sexo es anormal. También existe coincidencia con lo planteado por otros investigadores, quienes afirman que estar casado es un factor importante para favorecer el mantenimiento de las relaciones sexuales en la vejez.²⁻⁴

Por otra parte, en el análisis sobre la práctica de las relaciones sexuales activas según sexo se encontró, que en sentido general, la mayoría de los adultos mayores no tenían relaciones sexuales activas; aspecto que concuerda con lo hallado por algunos autores, quienes refieren que al avanzar la edad, mientras menos se practiquen las relaciones sexuales más disminuye el deseo sexual.⁵⁻⁸

Los resultados de esta serie en cuanto a relaciones sexuales activas también se asemejan a los análisis realizados por Díaz de Noriega⁶ y Kaiser,⁸ que plantean la existencia de mitos erróneos donde algunos adultos mayores ven el sexo como un hecho bochornoso y ridículo.

De la misma manera, los resultados obtenidos en esta investigación coinciden con los de otros autores, quienes plantean que las mujeres viven más que los hombres; igualmente concuerdan con estadísticas referentes a las expectativas de vida de acuerdo con el sexo. Así, para el 2025, Cuba con casi un cuarto de su población de 60 años y más será el país más envejecido de América Latina y esta población ya deberá estar decreciendo en términos absolutos desde 5 o quizás más años antes; 25 años después, en el 2050 ya no

solo será el más envejecido del continente americano, sino uno de los más avejentados a escala mundial y en todo caso su proporción de personas con 60 años y más superará proporcionalmente con respecto a la total, al conjunto de países conceptualizados como desarrollados en el mundo.⁹⁻¹¹

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Cuba. Oficina Nacional de Estadísticas. El Envejecimiento de la población cubana. Cuba y sus territorios. La Habana: ONE; 2008.
2. Rocabruno Mederos J, Prieto Ramos O. Sexualidad en la tercera edad. En: Gerontología y Geriatría Clínica. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 1992. p.143-53.
3. Quintero Danauy G. Calidad de vida y envejecimiento. En: Prieto Ramos O, Vega E. Temas de Gerontología. Ciudad de la Habana: Editorial Científico Técnica; 1996. p. 28-32.
4. López Sánchez F. Afecto y sexualidad. II Parte. Rev Sexología y Sociedad. 1998;4(11):7.
5. Gutiérrez P. Sexualidad en la tercera edad. Amor para siempre. Rev Bohemia. 1998;90(11):8-11.
6. Díaz de Noriega O. El hombre llega a la ancianidad y.... Rev Sexología y Sociedad. 2005;1(2):16-7.
7. Schneider HD. Sexuality in the elderly-research results and its significance for life in institutions. Ther Umsch. 1994;51(2):127-31.
8. Kaiser F. Sexuality in the elderly. Urology Clinical. North Am. 1996;23(1):99-109.
9. Roque A. La familia. ¿Crisis o evolución? Rev Cuba Internacional. 1995;32(203):8-9.
10. Lolas SF. Geriagogía: enseñar a envejecer como tarea social. Acta Psiq Psic Amer Lat. 1992;4.
11. Comité Cubano Preparatorio para la Asamblea Mundial sobre el envejecimiento. Informe de la República de Cuba a la Asamblea Mundial sobre el envejecimiento. La Habana: Empresa Poligráfica del MINSAP; 1993. p.5-7.

Recibido: 18 de julio de 2013.

Aprobado: 21 de agosto de 2013.

Lisette Cedeño Suárez. Hospital Rural "Esteban Caballero Estrada" Área de Salud Matías III Frente, Santiago de Cuba, Cuba.

Correo electrónico: esmeris.atinol@medired.scu.sld.cu